



NIEUWSBRIEF OUDERENBERAAD ZUID-HOLLAND NOORD

Praat mét ouderen, niet óver

Jaargang 1, nummer 2 | Februari 2021

Welkom

Dit is het tweede nummer van de Ouderenberaad ZHN Nieuwsbrief.

In dit nummer komen aan de orde:

- Irma Gehner treedt terug als voorzitter
- Samenwerking Ouderenberaad en de Raad van Ouderen
- Projectgroep Ouderenberaad/V&A
- Blokjesvergaderen
- Samenwerking Ouderenberaad en het UNC-ZH

Graag verwijzen wij u ook naar onze [website](#) waar u complete artikelen en adviezen vindt.

Irma Gehner treedt terug als voorzitter

Irma Gehner is op 9 december 2020 teruggetreden als voorzitter van het Ouderenberaad Zorg en Welzijn Zuid-Holland Noord.

In de zomer van 2011 werd Irma door het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) en het Ouderenberaad benaderd om voorzitter te worden. Een paar maanden eerder was ze gestopt met de Regionale Commissie Gezondheidszorg. Irma was direct enthousiast en in december 2011 zat zij haar eerste vergadering van het Ouderenberaad voor.

Op haar geheel eigen wijze heeft zij de afgelopen 9 jaar het Ouderenberaad geleid. In deze periode zijn de werkgroepen opgericht, hebben leden afscheid genomen en zijn nieuwe leden gestart.

Het allerbelangrijkste is dat het Ouderenberaad in deze periode vanuit het perspectief van ouderen veel adviezen heeft gegeven over onderzoek, onderwijs en de inrichting van de regionale ouderenzorg.



Irma tijdens één van de Ouderenberaad vergaderingen

Irma heeft gedurende ongeveer 40 jaar op een of andere manier deelgenomen aan het 'bestuur' van de gezondheidszorg in de regio. Eerst als raadslid en wethouder van Leiderdorp en daarna als langjarig voorzitter van de Regionale Commissie Gezondheidszorg. Deze bestuurlijke ervaring kwam haar goed van pas als voorzitter van het Ouderenberaad.

Irma is een kordate bestuurder, gericht op hoofdlijnen en resultaat. Dat is zeer belangrijk in een gezelschap als het Ouderenberaad. De leden met velerlei expertises en levenservaringen hebben nu eenmaal de neiging om uit te wijden en in hun betoog allerlei minder ter zake doende elementen te verwerken. Irma hield als voorzitter het oog gericht op de klok en voorkwam oeverloos gepraat. In tijden van Teams en Zoom is het een extra moeilijke opgave om een gezelschap als het Ouderenberaad in het gareel te houden.

Niet alleen de bestuurlijke rol paste Irma goed. In gesprek met studenten heeft zij veel bijgedragen aan hun leren, met als motto: 'niet óver, maar mét ouderen praten'.

Haar terugtreden als voorzitter betekent gelukkig geen afscheid van het Ouderenberaad. Irma blijft daar lid van, en zal niet alleen deelnemen aan de plenaire bijeenkomsten, maar ook actief zijn in de werkgroep Zorg en Onderwijs. Van daaruit zal ze betrokken blijven bij het onderwijs en de studenten.

*Jacobijn Gussekloo (LUMC) en
Theo Roes (lid Ouderenberaad)*

Samenwerking Ouderenberaad en de Raad van Ouderen

De Raad van Ouderen (RvO) is opgericht in oktober 2018. De RvO heeft tot taak de minister van VWS, Hugo de Jonge, gevraagd en ongevraagd te adviseren over hoe ondersteuning en zorg voor ouderen het beste kunnen worden ingericht. Hiertoe wil de raad de stem van ouderen laten horen en op alle vlakken de participatie van ouderen bevorderen.



De raad bestaat uit zo'n 20 leden die afkomstig zijn uit de landelijke ouderenorganisaties en de regionale ouderenberaden. Theo Roes en Johan van Wijk zijn vanuit het Ouderenberaad Zorg en Welzijn Zuid-Holland Noord (OB) afgevaardigd naar de RvO. De RvO heeft inmiddels zo'n 15 [adviezen](#) uitgebracht. Deze zijn tot stand gekomen met steun van het OB. De leden doen suggesties voor adviesonderwerpen, verzamelen informatie over voor ouderen belangrijke vraagstukken, onderhouden contacten met ouderenorganisaties en cliëntenraden om te horen wat bij hen leeft (in coronatijd lastiger te realiseren) en denken mee over de inhoud van de adviezen. Op deze wijze ondersteunt het OB de landelijke RvO.

Een belangrijk advies uit het afgelopen jaar was ['Langer zelfstandig in een passende woning met goede zorg'](#).

De centrale boodschap is dat een inhaalslag moet worden gemaakt bij het bouwen van levensloopbestendige woningen en bestaande woningen geschikt moeten worden gemaakt voor ouderen. Voorts beveelt de Raad aan om de ondersteuning van en zorg voor ouderen kleinschalig te organiseren rondom ouderen in een wijk of dorp.

Verder bracht de RvO advies uit over '[ICT in zorg en welzijn](#)'. De raad ziet graag dat de technologische hulpmiddelen en de ICT zo worden ontworpen dat zij aanpasbaar zijn aan de individuele behoeften en mogelijke beperkingen van de gebruiker. De raad vreest dat een groot deel van de ouderen de snelheid van de ICT-ontwikkelingen binnen de zorg niet zal kunnen bijbenen en zal afhaken.

Het Ouderenberaad heeft ook meegewerkt aan het beoordelen van vrijwilligersinitiatieven en projecten die in coronatijd zijn ontstaan en gericht zijn op verbetering van de kwaliteit van leven van ouderen. Initiatieven met beeldbellen en telefooncirkels verdienen volgens de raad blijvende ondersteuning, omdat zij in coronatijd een essentiële schakel kunnen zijn in het tot stand brengen en continueren van sociale netwerken rond ouderen.

Theo Roes (lid Ouderenberaad en Raad van Ouderen)

Projectgroep Ouderenberaad/V&A

Het was al langer een wens: een netwerk van ouderen om ons credo "Praat mét ouderen, niet óver" waar te maken.



In de zomer van 2020 zijn we begonnen met het werven van leden voor zo'n netwerk. Bij het maken van een aanmeldformulier en een database zijn we ondersteund door stafleden van de Masteropleiding Vitality and Ageing (V&A).

Vervolgens is er een Projectgroep Ouderenberaad/V&A gevormd, bestaande uit drie onderzoekers van V&A en drie leden van het OB onder voorzitterschap van OB-lid Mary Leune.

Hoe staat het er nu mee?

Netwerk: opzet en inrichting panel

Per januari 2021 hadden zich als antwoord op onze oproep in totaal 586 deelnemers (234 mannen (41%) en 342 vrouwen (59%)) aangemeld voor het netwerk. Allen willen benaderd worden voor onderzoek en 417 deelnemers (71%) willen graag de nieuwsbrief ontvangen.

De deelnemers komen voor het overgrote deel uit Zuid-Holland, met name uit het werkgebied van het Ouderenberaad ZHN (de Duin- en Bollenstreek, Leiden en omstreken, en Alphen en omstreken).

“Inmiddels is een vervolgonderzoek gestart, naar de langetermijneffecten van de coronacrisis, waarvoor al 2378 ouderen een vragenlijst hebben ingevuld.”

Netwerk: onderzoek met behulp van vragenlijsten

Dankzij het netwerk kan het Ouderenberaad aan een ‘ouderenpanel’ vragen voorleggen en kunnen V&A studenten onderzoeksprojecten uitvoeren. In de vorige Nieuwsbrief is door één van de studenten gerapporteerd over eerder onderzoek naar de impact van de Coronacrisis op thuiswonende 65-plussers in Nederland, waar meer dan 800 mensen aan deelnamen.

Inmiddels is een vervolgonderzoek gestart, naar de langetermijneffecten van de coronacrisis, waarvoor al 2378 ouderen een vragenlijst hebben ingevuld. (Het landelijke onderzoeksnetwerk van V&A is veel groter dan dat van ons).

Via de Projectgroep OB/V&A kunnen we een paar maal per jaar een digitale peiling houden naar

meningen van ouderen, eventueel ook in de vorm van een flitspeiling. De onderwerpen kunnen worden aangedragen door de Werkgroepen, en worden vervolgens besproken en geselecteerd door de Projectgroep. De uitkomsten van de onderzoeken worden na bespreking in de Projectgroep teruggekoppeld naar het voltallige Ouderenberaad, onder andere door presentaties.

Mary Leune (lid Ouderenberaad)

Blokjesvergaderen

Vergaderen zonder elkaar fysiek te zien: hoe gaan we dat organiseren? Dat was aan het begin van de coronapandemie de hamvraag van het Ouderenberaad. Waar eerst nog werd gekeken naar mogelijkheden om de vergaderingen te verzetten, werd al snel gezocht naar een online-optie. Tijdens deze zoektocht werd de veerkracht van de leden van het Ouderenberaad direct zichtbaar. De laptops, iPads en mobiele telefoons werden erbij gepakt om (al dan niet met behulp van familie of vrienden) Zoom te installeren. In mei was het dan zo ver: de eerste ‘blokjesvergadering’ vond plaats.

Het woord *blokjesvergadering* is in onze kring snel ingeburgerd. Maar waar het woord vandaan komt en wie het woord introduceerde? Dat is helaas onbekend. Wellicht via een associatie met ‘blokjesverjaardag’? Dit woord werd voor het eerst genoemd door Premier Rutte tijdens een persconferentie en refereert naar ‘in blokjes achter elkaar op bezoek komen’. Als je kijkt naar de vorm van de schermen, is het in ieder geval duidelijk waar het idee van ‘blokjes’ vandaan komt.



De leden van het Presidium en het ondersteunende team tijdens een blokjesvergadering

Inmiddels zijn we acht online plenaire en ontelbare deelvergaderingen verder. Problemen met het geluid, de video of iets anders technisch worden binnen mum van tijd opgelost. Stipt op tijd komt iedereen binnen Zoomen en kan de vergadering beginnen.

Waar de leden natuurlijk de fysieke ontmoeting missen, is dit een fijne oplossing om de werkzaamheden van het Ouderenberaad voort te kunnen blijven zetten. Uiteraard wordt er ook af en toe geborreld en gezellig bijgekletst via de, inmiddels vertrouwde, blokjes.

*Nicol Nijssen (communicatiemedewerker
Ouderenberaad)*

Samenwerking Ouderenberaad en het Universitair Netwerk voor de Care sector Zuid-Holland (UNC-ZH)

Het Universitair Netwerk voor Caresector Zuid-Holland (UNC-ZH), een samenwerkingsverband tussen het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) en 12 grote zorgorganisaties in Zuid-Holland, werkt al jaren samen met het Ouderenberaad. Sinds 2019 is er een formeel samenwerkingsverband. Zo hebben we een gezamenlijke missie om in onderzoek en onderwijs bij te dragen aan goede ouderenzorg.

Het onderzoek binnen het UNC-ZH is erop gericht om welzijn en leefplezier van verpleeghuisbewoners te verhogen, de gezondheid te bevorderen, het leven met beperkingen en/of handicaps beter aan te kunnen, een waardig levenseinde te bieden, of de kwaliteit van de zorgverlening te verbeteren.

Wij vinden het belangrijk om uitkomsten van wetenschappelijk onderzoek te verbeteren, door ouderen daar in alle fasen zelf actief bij te betrekken. Van het ophalen van kennisvragen, het opzetten van onderzoek, tot het opschrijven en vertalen van de

onderzoeksresultaten naar de praktijk. Daarom worden jaarlijks diverse onderzoeksideeën en voorstellen voorgelegd en besproken binnen het Ouderenberaad, vooral met de werkgroep Achterban en de werkgroep Zorg & Onderwijs is regelmatig contact.

In het afgelopen jaar zijn o.a. een Delphistudie over Geriatrische Revalidatie en een onderzoek naar Cliëntparticipatie in onderzoek binnen de langdurige zorg besproken. In dit laatste project heeft iemand van het Ouderenberaad als projectadviseur meegedacht en meegeschreven aan de subsidieaanvraag. Helaas is het onderzoek naar cliëntparticipatie niet gehonoreerd, maar het UNC-ZH heeft besloten dit project zelf voort te zetten. De promovenda op dit project is naast onderzoeker ook één van de ambassadeurs voor het Ouderenberaad.



De samenwerking en adviezen van het Ouderenberaad zijn voor het UNC-ZH zeer waardevol en graag zetten wij deze voort binnen onze onderzoeksthema's geriatrische revalidatie, kwaliteit van leven bij dementie en palliatieve zorg bij dementie. We gaan samen kennis maken, delen en toepassen! Meer informatie over het UNC-ZH is te vinden op onze [website](#).

*Monique Caljouw (wetenschappelijk coördinator
UNC-ZH)*

Colofon

Uitgave van Ouderenberaad Zuid-Holland Noord
Redactie: Toon Verlaan, Ariane van Santen en Nicol Nijssen
Verschijnt 4 x per jaar
Aan- of afmelden: ouderenberaad@lumc.nl
www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl